



Pacte del temps

de Barcelona

**Un compromís de ciutat per
a una organització del temps
més saludable, igualitària,
eficient i sostenible**

El Pacte del Temps de Barcelona és una iniciativa municipal dinamitzada per la Direcció de Serveis de Gènere i Polítiques del Temps.

Parteix d'una proposta, pionera tant a escala estatal com europea, formulada el 2014 per la ciutat de Barcelona. Per al seu procés de definició, construcció i concreció s'ha comptat amb la complicitat i participació d'organitzacions de diversa naturalesa i de diferents àmbits, totes elles compromeses amb la millora del temps quotidià de la ciutadania, i amb l'assessorament de persones expertes en la matèria. Des de la seva creació, el Pacte s'entén com un acord viu que va evolucionant i creixent d'acord amb les necessitats i prioritats de les entitats que el conformen i de la societat de la qual formen part.

Continguts

1. Què és el Pacte del Temps de Barcelona	4
2. Principis i objectius	6
3. Comprometre's amb el Pacte del Temps	8
El compromís de l'Ajuntament de Barcelona	8
El compromís de les organitzacions socials i econòmiques de la ciutat	9
El compromís amb la ciutadania	9
4. Fer efectiu el compromís amb el Pacte del Temps: eixos i actuacions	10
5. Governança	13
6. Glossari	14

1. Què és el Pacte del Temps de Barcelona

El Pacte del Temps de Barcelona és un acord de ciutat que promou la realització de diverses actuacions perquè les persones visquin i s'organitzin els temps de la vida quotidiana d'acord amb les seves necessitats i en un marc col·lectiu de convivència.

Es tracta d'un pacte que cerca el compromís de l'Ajuntament de Barcelona, de les organitzacions socials i econòmiques de la ciutat (empreses, associacions, fundacions, agents socials, col·legis professionals, xarxes, grups...) i de les persones a títol individual, per tal d'actuar conjuntament i aconseguir una organització social del temps que doni una resposta efectiva a un ampli ventall d'interessos, propis d'una gran ciutat, diversa i especialment activa.

Aquesta iniciativa vol contribuir a canviar el model socioeconòmic imperant, encara ara basat en una concepció tradicional: unes activitats productives desenvolupades principalment per homes, unes activitats reproductives i familiars principalment desenvolupades per les dones, i uns horaris socials adaptats a la lògica industrial que no tenen en compte els ritmes circadianis de les persones. El Pacte del Temps vol impulsar un altre model, fonamentat en l'equitat de gènere interseccional i en l'economia plural, així com en la salut com a eix fonamental, que faci possible repensar l'organització del temps i definir-ne una de nova que s'ajusti a les dinàmiques socials actuals i esdevingui un veritable dret de ciutadania exercit per tothom.

El temps esdevé, doncs, l'eix vertebrador d'una estratègia que, partint d'uns principis que són el seu fonament i d'uns objectius que són els reptes a assolir, vol significar i posar en relleu la incidència que té aquest factor en la vida quotidiana de les persones, posicionant-lo com un paràmetre afavoridor de benestar per a la ciutadania.

El Pacte del Temps de Barcelona és un acord col·lectiu que té com a FINALITAT contribuir a:

- ⊗ Construir un temps de ciutat que respongui a les necessitats de les persones en el seu temps de vida quotidiana** i que, alhora, garanteixi la convivència, afavoreixi la cohesió social i faciliti la participació social de la ciutadania.
- ⊗ Promoure una concepció efectiva de l'organització del temps com un dret de ciutadania**, fonamentada en la protecció i la promoció de la salut i en la igualtat de gènere interseccional, perquè totes les persones visquin un temps quotidià que els porti més benestar.
- ⊗ Impulsar en les organitzacions una nova cultura del temps** que fomenti uns models més eficients i més respectuosos amb les persones i que, alhora, comporti l'obtenció d'uns resultats més satisfactoris i propiciï un desenvolupament basat en criteris sostenibles i d'igualtat de gènere.

És des d'aquestes consideracions que cal entendre el Pacte del Temps de Barcelona: **un compromís de ciutat per a una organització del temps més saludable, igualitària, eficient i sostenible.**

2. Principis i objectius

Els **PRINCIPIS** són la base sobre la qual es construeix el Pacte del Temps i actuen com a requisits a complir per totes les actuacions que l'integren. Són els següents:

- ☘ Identificar **les necessitats de les persones en el marc de la seva vida quotidiana**, perquè la sostenibilitat de la vida esdevingui el centre de tot procés social, polític i econòmic, i la salut es converteixi en un factor essencial per al benestar quotidià de les persones, que cal garantir i promoure.
- ☘ Adoptar **l'equitat** com a pauta necessària de tota actuació, per tal que s'avanci cap a un temps més igualitari, orientat a reduir els greuges per raó de gènere, de classe social, de procedència o de diversitat funcional.
- ☘ Fer de la **perspectiva de gènere interseccional** l'enfocament i l'eina que permeten conèixer els obstacles a la participació equilibrada de totes les persones en la societat i evidenciar l'origen i les conseqüències dels diferents eixos de discriminació en què cal intervenir.
- ☘ Interpretar la **vida en comunitat i la interdependència** —entesa en la seva globalitat— com la manera de concebre la societat humana, en la qual les persones es desenvolupen, es relacionen i creen els seus vincles, i des de la qual es teixeix la convivència i la cooperació entre els diferents col·lectius i les diverses etapes del cicle de vida dels individus que la componen.
- ☘ Entendre **la complicitat entre els sectors públic, privat i socio-comunitari** com una estratègia que propicia dur a terme, des de la coproducció i la responsabilitat compartida, unes accions que es tradueixin en l'obtenció d'uns resultats més efectius, que tinguin uns impactes positius, i de més abast i incidència.
- ☘ Concebre **la ciutat de Barcelona** com la concreció de l'espai que, amb les seves característiques genèriques i especificitats, cal prendre com a marc físic de tota actuació, tenint present que és una urbs, l'epicentre d'una àrea metropolitana i, també, la referència d'un país.

Els **OBJECTIUS** marquen la direcció que han de prendre, i les fites que han d'assolir, les actuacions incloses en el Pacte del Temps. Són els següents:

a. Avançar en l'harmonització dels diferents usos del temps quotidià de les persones, amb el propòsit de:

- Garantir que les persones viuen en unes condicions de salut òptimes i que afavoreixen l'adopció d'hàbits saludables.
- Reconèixer socialment la importància del temps de cures al llarg de la vida de les persones.
- Repensar el temps laboral amb criteris que vinculin la millora de la productivitat amb més benestar per a totes les persones que intervenen —directament o indirectament— en aquests processos, i en la dinàmica social de la comunitat.

b. Incidir en la corresponsabilitat efectiva entre homes i dones, posant l'accent en l'assumpció igualitària de responsabilitats, i en la planificació i la realització de tasques pròpies del temps de cura de les persones de l'entorn familiar i socioafectiu.

c. Facilitar que la ciutadania disposi de més temps de participació política i social perquè es pugui implicar en afers comuns i en iniciatives comunitàries o projectes col·lectius.

d. Promoure l'adopció de models de gestió del temps més eficients, principalment per part d'empreses i organitzacions, que es tradueixin en una millora de resultats i en la captació i retenció de talent.

e. Impulsar la implantació progressiva de la reforma horària, per tal d'assumir i compartir el repte que l'any 2025 visquem en una ciutat que funcioni d'acord amb uns horaris socials més humans i més racionals.

f. Contribuir a la consecució dels objectius de desenvolupament sostenible, en l'horitzó de l'Agenda 2030, especialment respecte a la reducció de la pobresa de temps, la salut i el benestar, la igualtat de gènere, el treball digne i el creixement econòmic, i en la construcció de ciutats i comunitats sostenibles.

g. Conscienciar sobre la necessitat d'entendre el temps com un factor clau per al benestar quotidià de les persones i del desenvolupament comunitari i democràtic de la societat, en especial mitjançant accions de difusió i de divulgació que permetin la ciutadania conèixer millor aquesta temàtica, i fomentar iniciatives relacionades i que donin visibilitat a experiències que tenen un impacte positiu en el temps quotidià de les persones.

3. Comprometre's amb el Pacte del Temps

Adquirir un compromís amb el Pacte del Temps significa estar d'acord amb els seus principis i cooperar de forma efectiva en la consecució dels objectius que persegueix. Hi ha tres tipus de compromisos, un per a cadascun dels agents que poden participar en el Pacte: 1) l'Ajuntament de Barcelona; 2) les organitzacions socials i econòmiques de la ciutat; i 3) la ciutadania a títol individual.

El compromís de l'Ajuntament de Barcelona

L'Ajuntament de Barcelona impulsa i coordina el Pacte del Temps. En aquest rol es compromet a:

- **Difondre** els principis, objectius i actuacions del Pacte del Temps cap a les organitzacions socials i econòmiques, i la ciutadania.
- **Donar suport a les entitats** que formen part del Pacte del Temps a través d'actuacions específiques dirigides a elles com assessorament, formació, intercanvi de pràctiques, entre d'altres.
- **Actuar com a referent** en l'impuls dels objectius del Pacte del Temps mitjançant la implementació de política pública de temps.
- **Col·laborar** de manera proactiva amb altres organitzacions supralocals, autonòmiques, nacionals o internacionals que comparteixin els objectius del Pacte del Temps i defensin el dret al temps.
- **Fer el seguiment continu** del Pacte del Temps i avaluar-ne la seva evolució.
- **Proveir els recursos necessaris** per al compliment d'aquests compromisos.

Així mateix, l'Ajuntament de Barcelona es compromet a diferents actuacions per avançar en el dret al temps en l'àmbit local, regional i internacional a través dels següents compromisos:

- **Avançar, com a organització signatària del Pacte per a la Reforma Horària - Objectiu 2025**, en els compromisos adquirits, mitjançant la implementació d'actuacions que millorin l'organització i usos del temps tant internament a l'Ajuntament com cap a la ciutadania.

⊗ **Participar activament de la Xarxa Local i Regional de Govern per les Polítiques de Temps**, formant part de les activitats que desenvolupa i intercanviar experiències i coneixement amb les organitzacions membres.

⊗ **Avançar en els compromisos adquirits com a organització signatària de la Declaració de Barcelona sobre Polítiques de Temps**, incloent la participació activa en els diferents grups de treball que se'n deriven, la presència en les trobades anuals, i el desenvolupament de polítiques de temps en el seu àmbit de competència i en el marc del Pacte del Temps.

El compromís de les organitzacions socials i econòmiques de la ciutat

Les organitzacions es comprometen amb aquesta iniciativa a partir del moment en què en formalitzen l'adhesió. S'hi poden sumar totes aquelles organitzacions (empreses, associacions, fundacions, federacions, col·lectius, agents socials, col·legis professionals, institucions, plataformes, xarxes, grups...) que estiguin d'acord amb els principis del Pacte del Temps i que manifestin la voluntat de treballar activament per assolir els objectius que es proposen. L'adhesió implica els següents drets i compromisos:

Drets

- Estar informat/ada de les actuacions i novetats respecte el Pacte del Temps i les actuacions de les entitats que el conformen.
- Rebre el suport, serveis o productes que l'Ajuntament estableixi dins el seu Pla d'Acció per a les organitzacions membres del Pacte.
- Participar en les trobades del Pacte del Temps i fer xarxa amb les entitats membres.
- Rebre el distintiu d'entitat col·laboradora i publicar les seves actuacions en la pàgina web i altres mitjans de comunicació del Pacte del Temps.

Compromisos

- Dur a terme actuacions en consonància amb els objectius del Pacte del Temps.
- Aportar informació anual sobre les actuacions que l'organització hagi realitzat en l'àmbit de temps.
- Participar en accions de caràcter col·lectiu que s'acordi impulsar en el marc del Pacte del Temps.
- Col·laborar en la difusió del Pacte del Temps amb els mitjans i de les diferents maneres que l'organització consideri adients.

El compromís amb la ciutadania

Les actuacions combinades de l'Ajuntament de Barcelona i les entitats membre tenen també com a objectiu apropar a la ciutadania recomanacions específiques per a facilitar canvis cap a uns usos del temps més saludables, igualitaris, eficients i sostenibles. El Pacte del Temps vol animar la ciutadania a la reflexió i, si escau, a l'adopció de nous hàbits, a un canvi d'actitud i/o a la realització d'accions entorn d'una temàtica relacionada amb el temps quotidià de les persones.

4. Fer efectiu el compromís amb el Pacte del Temps: eixos i actuacions

Per fer efectiu el Pacte del Temps s'han determinat set EIXOS D'ACTUACIÓ, els quals comprenen les diferents actuacions que integren aquesta iniciativa. D'una banda, les actuacions permeten demostrar que el Pacte del Temps avança en la consecució dels objectius proposats; d'altra, els eixos assenyalen els aspectes i àmbits en què es vol incidir, tant per part de l'Ajuntament com de les organitzacions de la ciutat.

Els set eixos d'actuació són:



1 Temps i salut

Emmarca les actuacions adreçades a aconseguir que les persones visquin el seu temps quotidià d'una manera més saludable, entesa com aquella que respecta al màxim el rellotge biològic de cadascú, i té en consideració la salut —física, mental i social— des d'una perspectiva integral.



2 Temps i educació

Inclou dues tipologies d'actuacions per part d'organitzacions tant públiques, com privades i del tercer sector. En primer lloc, aquelles orientades a la sensibilització, que es duen a terme en el procés d'aprenentatge de valors, d'actituds o de coneixements que incideixen en diferents aspectes del temps. En segon lloc, actuacions enfocades a millorar els hàbits de temps dels entorns educatius (escola, família, comunitat, etc.).



3 Temps i cures

Aplega les actuacions que volen donar resposta a les necessitats físiques i emocionals —tant pròpies com d'altres persones— relacionades amb el sosteniment de la vida. Tenen per objecte facilitar, visibilitzar i posar en valor el temps de cures propi i el d'altres persones.



4 Temps i participació

Concentra les actuacions que pretenen afavorir, facilitar i/o reconèixer el temps quotidià de les persones dedicat a la participació social i política, tant en processos i afers col·lectius de ciutat com en iniciatives comunitàries o projectes associatius.



5 Temps i serveis a la ciutadania

Està format per actuacions que cerquen la millora en la prestació d'un servei o que formulen estratègies perquè les persones disposin de més temps i millori la satisfacció de les persones que l'utilitzen. Exemples destacats d'aquest eix poden ser l'establiment de pautes horàries i/o de funcionament de certs serveis; o l'impuls d'activitats respectuoses amb el temps de totes les persones que hi intervenen.



6 Temps i treball

Agrupa les actuacions que incideixen directament en l'organització i en la gestió interna d'empreses i entitats, i en el temps laboral de les persones, així com aquelles que influeixen en aquests aspectes des de la perspectiva d'impulsar, facilitar i afavorir millores en l'àmbit de l'empresa, l'ocupació i l'emprenedoria.



7 Temps i ciutat sostenible

Inclou totes aquelles actuacions que promouen una ciutat ecològicament sostenible, que es dirigeixen al foment d'una mobilitat que redueix les distàncies (físiques i temporals) a la que es troben els serveis i equipaments que una persona necessita, i a la construcció d'un urbanisme que afavoreixi aquesta proximitat i l'autonomia de les persones. En definitiva, actuacions que contribueixin a desenvolupar una infraestructura urbana inclusiva, sostenible, accessible i segura.

Donada la creixent importància de les **tecnologies de la informació** en les nostres vides, així com la seva potencialitat per a fer més eficient el temps quotidià de les persones, les actuacions que incorporen un element TIC, s'identifiquen i es destaquen de manera diferenciada. D'aquesta manera, l'ús de TIC esdevé un eix transversal d'actuació.

El Pacte del Temps de Barcelona considera les **ACTUACIONS** des d'una perspectiva àmplia i diversa, i poden incloure activitats, serveis, productes, etc.

En tot cas, les actuacions han de complir els principis del Pacte del Temps i estar en plena consonància amb els objectius que persegueix. Així mateix, cal que:

- Signifiquin una millora per a la ciutadania: en la seva totalitat, per a una part o per a un col·lectiu determinat.
- S'ajustin a les dimensions i a la capacitat de l'organització que les duu a terme.
- Siguin concretes i avaluables.
- Es puguin emmarcar en algun dels eixos en què s'estructura el Pacte del Temps.

Es donarà visibilitat a totes les actuacions que formen el Pacte del Temps de Barcelona publicant-les en el portal web <barcelona.cat/usosdeltemps> i en els diferents mitjans de difusió dels quals disposa el Pacte del Temps.

5. Governança

A l'Ajuntament de Barcelona li correspon impulsar el Pacte del Temps de Barcelona i els espais de governança que el facin possible. Per a la seva implementació i seguiment compta amb la col·laboració d'un Grup Impulsor, el qual també fa les funcions d'òrgan assessor i està format per organitzacions socials i econòmiques significatives i amb capacitat per incidir en la matèria dels usos del temps:

GRUP IMPULSOR 20/09/2023

	Barcelona Time Use Initiative for a Healthy Society
	CCOO Catalunya
	Confederació de Cooperatives de Catalunya (COOPCAT)
	Consell de Dones de Barcelona (CDB)
	Consell Econòmic i Social de Barcelona (CESB)
	Federació d'Associacions de Veïnes i Veïns de Barcelona (FAVB)
	Foment del Treball Nacional
	PIMEC Comerç
	Taula d'Entitats del Tercer Sector Social de Catalunya
	UGT Catalunya
	Representants de la Xarxa de Nous Usos Socials del Temps (NUST)
	Associació Salut i Família (Bancs del Temps)
	Associacions federades de famílies d'alumnes de Catalunya - aFFac
	CrearSA
	Espai Mediambiental Cooperativa
	Consorci de Salut i Social de Catalunya
	Associació de Professionals de la Gestió Cultural de Catalunya
	Associació catalana de recursos assistencials - ACRA
	Viu el teatre
	Amat Immobiliaris
	Fundació Internacional de la Dona Emprenedora (FIDEM)
	Associació Catalana de Professionals de Joventut (ACPJ)

6. Glossari

- ⊗ **Conciliació:** equilibri en l'ús de diferents tipus de temps i àmbits de responsabilitat de les persones (laboral, de cures, familiar, personal, etc.). Es parla d'equilibri en el sentit de possibilitar que les persones facin compatibles i puguin desenvolupar-se satisfactòriament en aquests diferents àmbits. Per assolir-ho, cal evitar que les dones siguin les úniques destinatàries dels drets i mesures relatives a la cura de persones dependents, ja que això pot entrar en col·lisió amb el seu creixement professional.
- ⊗ **Corresponsabilitat:** ampliació del concepte de conciliació des d'una perspectiva de gènere que entén que tota conciliació ha de ser corresponsable, és a dir, que ha de fomentar i promoure una distribució igualitària de tasques entre homes i dones per tal que pugui haver una distribució justa i equitativa dels diferents usos del temps.
- ⊗ **Economia plural:** El desenvolupament local, en tant que política pública, ha ampliar l'enfocament proposat pel paradigma clàssic en economia, que limita la seva funció a la resolució de necessitats a partir de l'assignació de recursos escassos, regida per la regla de l'oferta i la demanda i guiada per l'incentiu del benefici. El nou model de desenvolupament local de proximitat es fonamenta en l'economia plural perquè, a més del paradigma tradicional, incorpora un nou paradigma econòmic: el de l'Economia Social i Solidària. L'economia plural es desenvolupa sota formes convencionals (ex. empreses mercantils) o no convencionals (ex. cooperatives, empreses i entitats d'economia social, economia comunitària, economia col·laborativa) i presenta objectius diversos: generació de rendes/ beneficis, creació de benestar i desenvolupament, transformació de les relacions socioeconòmiques, entre d'altres. Un paradigma que parteix del principi segons el qual l'economia productiva no seria possible si no descansés sobre dues capes addicionals: l'economia reproductiva i els ecosistemes naturals.
- ⊗ **Equitat de gènere:** distribució justa dels drets, beneficis, obligacions, les oportunitats i els recursos tenint en compte les desigualtats de gènere existents.
- ⊗ **Igualtat de gènere:** situació en què totes les persones (independentment del seu sexe, la seva identitat de gènere o la seva orientació sexual) tenen llibertat per comportar-se, prendre decisions i accedir a béns i recursos socials sense estar limitades per estereo-

tips, rols, discriminacions o violència. No es tracta que les persones siguin uniformes/homogènies, sinó que tinguin els mateixos drets, obligacions, oportunitats reals i tracte.

- ⊗ **Interseccionalitat:** perspectiva analítica i política que permet entendre i respondre a les maneres com el gènere es creua amb altres eixos de desigualtat i com aquests creuaments contribueixen a experiències d'opressió i privilegi. La interseccionalitat constata que els sistemes d'opressió dins la societat no actuen de forma independent uns dels altres sinó que s'interrelacionen. Així, per a cada societat concreta, les condicions d'una persona s'han d'interpretar atenent (de forma combinada) a la seva classe social, sexe, lloc d'origen, edat, orientació sexual, discapacitat, ètnia, religió, llengua, etc.
- ⊗ **Perspectiva de gènere:** enfoc que analitza el gènere com un constructe social que produeix unes relacions de poder entre homes i dones on aquestes últimes es troben en una situació de desigualtat sistemàtica i estructural.
- ⊗ **Pobresa de temps:** concepte teòric que considera la pobresa des d'un enfocament multidimensional, i incorpora el temps com una de les dimensions clau. Des d'aquest marc, es considera la pobresa de temps com la insuficiència o escassetat de temps disponible per a descansar o gaudir de temps personal degut a una càrrega excessiva de treball, tant remunerat com domèstic i de cures.
- ⊗ **Polítiques de temps:** inclou totes aquelles polítiques públiques dissenyades incloent el factor temps com a aspecte clau del disseny, i impulsades per la transformació dels diferents usos del temps.
- ⊗ **Ritmes circadianis:** pautes i canvis físics, mentals i conductuals dels éssers vius que segueixen un cicle diari de 24 hores. Responen principalment a la llum i la foscor en l'ambient de l'organisme. L'estudi dels ritmes circadianis s'anomena cronobiologia.
- ⊗ **Temps de la vida quotidiana:** temps necessari per a la realització de les diferents tasques del dia a dia (treball, cura de fills/es, realitzar la compra, temps de lleure i oci, etc.), ja siguin activitats rutinàries o puntuals.
- ⊗ **Usos del temps:** distribució i capacitat (o incapacitat) de decisió sobre els diferents tipus de temps, atenent a les necessitats i segons les circumstàncies personals en les diferents etapes de la vida. Aquests usos del temps es categoritzen de manera teòrica per a

diferenciar-los i analitzar-los, malgrat que en la vida quotidiana de les persones els diferents usos del temps estan interrelacionats i poden passar de manera simultània. Per al Pacte del Temps, es distingeixen quatre grans grups de temps, que al seu torn es subdivideixen en altres tipologies:

⊗ **Temps de cures.** Temps dedicat a la realització d'activitats necessàries per al sosteniment de la vida, tant la pròpia com la de persones a càrrec o dependents. Dins del temps de cures, podem distingir els següents temps:

- **Temps de cura d'altres:** temps dedicat per l'atenció i cura de fills/es, jocs i instrucció, persones dependents, etc.
- **Temps de cura personal:** temps dedicats per totes aquelles activitats dirigides al manteniment i desenvolupament bàsic de les persones (menjar, dormir, etc.).
- **Temps per al treball domèstic:** temps dedicat per al desenvolupament de tasques dirigides al manteniment de la llar (gestió administrativa, compra, neteja, etc.).

⊗ **Temps de desplaçaments.** Temps dedicat per la mobilització amb el transport públic o privat per tal de poder realitzar les diferents activitats diàries, ja siguin rutinàries o no.

⊗ **Temps laboral.** Temps dedicat al desenvolupament d'una activitat remunerada entesa des del treball productiu.

- **Flexibilitat en el temps de treball o flexibilitat horària:** els horaris laborals flexibles són aquells que s'adapten a les necessitats de les persones treballadores dintre d'uns límits establerts i prèviament acordats per l'empresa i organització i el seu personal. La flexibilitat horària pot tenir diverses formes com la flexibilitat a l'entrada i sortida de la feina, banc d'hores; jornada intensiva, banc d'hores, horari fix variable
- **Flexibilitat en l'espai de treball:** el desenvolupament de les tecnologies de la comunicació ha obert un camp molt ampli de possibilitats perquè algunes feines es puguin desenvolupar fora dels centres de treball.

La mesura més freqüent pel que fa a la flexibilitat de l'espai on es realitza la feina és el teletreball, que té lloc quan les tasques laborals es desenvolupen parcial o totalment lluny de la localització de l'empresa i organització. El teletreball es pot portar a terme des del domicili particular, però també des d'espais de coworking, espais públics o el despatx de clients de l'empresa i organitzacions.

⊗ **El treball digne o treball decent:** és el que es realitza respectant als principis i drets laborals fonamentals, permet un ingrés just i proporcional a l'esforç realitzat, sense discriminació de qualsevol classe; es duu a terme amb protecció social i inclou el diàleg social.

⊗ **Temps personal.** Temps dedicat a la realització d'activitats que la persona fa per elecció pròpia i que pot decidir deixar de fer en qualsevol moment.

- **Temps d'estudi:** temps dedicat per la realització d'activitats educatives i formatives.
- **Temps de lleure/ oci:** temps dedicat al desenvolupament d'activitats d'interès personal o hobbies, que es poden realitzar individualment (llegir, fer esport, etc.) o col·lectivament (temps amb família, trobades amb amics, activitats culturals, etc.).
- **Temps de participació política i social:** temps dedicat per l'agrupació i mobilització col·lectiva i ciutadana (partits polítics, agrupacions de veïns/veïnes, associacions, sindicats, etc.)
- **Temps personal:** temps dedicat per la realització d'activitats d'interès personal o hobbies realitzades, generalment, individualment (llegir, sortir a córrer, etc.).



barcelona.cat/usosdeltemps